

***Tanfust n wutšu* : un mythe fondateur du « couscous » dans la littérature orale amazighe**

Hassane BENAMARA

Écrivain et chercheur en langue et littérature amazighes,
Oujda, Maroc

Résumé :

Le présent article se propose de présenter un récit étiologique amazighe relatif au mets emblématique des Amazighes : le couscous. Ce récit a été recueilli à Figuig auprès d'un conteur renommé, Môu Fejja (né vers 1930). Afin d'en assurer la fiabilité, nous avons procédé à une vérification croisée auprès d'autres informateurs de différentes générations. Notre démarche s'inscrit avant tout dans une perspective de sauvegarde patrimoniale : il s'agit de préserver ce mythe et de le mettre à la disposition d'un lectorat varié.

Le texte est présenté dans sa version originale, accompagné d'une traduction française. En complément, un aperçu des dénominations du couscous dans le parler amazighe de Figuig ainsi qu'un examen des représentations locales de ce mets précèdent le récit. Enfin, une analyse vient éclairer ce mythe, bien que notre préoccupation principale demeure la préservation et la transmission de ce patrimoine oral.

Mots-clés : *Couscous, littérature orale amazighe, parler de Figuig, mythe, récit étiologique, représentations symboliques.*

1. Le couscous dans la culture et la littérature orale de Figuig

1.1. Dénominations et variantes lexicales

Dans la préparation du couscous, on distingue deux composantes de l'ustensile en usage : la partie inférieure, appelée *taqbušt*, *taydurt* ou *taxdimt*¹, qui fait office de casserole, et la partie supérieure, une sorte de passoire perforée permettant à la vapeur de circuler tout en retenant la semoule, désignée par le terme *seksu*. C'est de cette dernière que le mot *seksu* est employé par métonymie pour désigner le couscous *utšu*. Le terme *utšu* conserve, dans le parler amazighe de Figuig, sa valeur

¹ Chacune d'elles a une signification et un usage particuliers.

sémantique originelle de "nourriture" au sens général. Étymologiquement, il dérive du verbe *teš*, "manger", et servait initialement de désignation générique de toute forme de nourriture. Toutefois, le terme *utšu* en est venu à désigner plus spécifiquement le couscous, c'est-à-dire le repas quotidien². Ce glissement sémantique illustre l'importance culturelle et alimentaire de ce mets au sein de la société amazighe, où cette préparation constitue une spécialité emblématique.

Cette manière de nommer la nourriture n'est pas exclusive à Figuig. En Afrique du Nord, qu'ils soient berbérophones ou arabophones, les locuteurs utilisent des termes à peu près équivalents pour exprimer la même notion : *seksu*, *atši* "nourriture", *lmeqful* "ce qui est hermétiquement fermé", *afettal* "beurrage", *leiš* (العيش) "nourriture", *tteam* (الطعام) "alimentation", etc.

Le couscous *utšu* constitue un plat central de la cuisine dans la région de Figuig. Il se distingue par la variété de ses préparations et par son rôle culturel dans les repas familiaux et les festivités. Il se prépare principalement avec de la semoule roulée et se décline en plusieurs types. Parmi ceux-ci nous pouvons citer : *berkukes*, couscous de grande taille (*br* = grand et *kukes* = couscous), il se consomme accompagné de divers légumes et parfois de plantes médicinales et est souvent servi lors des fêtes saisonnières.

Plusieurs variétés de *berkukes* sont connues à Figuig. L'*abelbul*, couscous fait de brisures d'orge *iwzan*, s'accompagne traditionnellement de choux, de tête de mouton ou de tripes et servi lors de certaines célébrations comme les mariages ... *Utšu n yirden*, couscous à base de blé, est particulièrement apprécié pour sa saveur et ses qualités nutritives, tout comme *abelbul*. *Utšu n temzin* est préparé à partir d'orge, tandis que *sseffet* se distingue par le fait qu'il n'est pas arrosé de sauce mais saupoudré de sucre fin, de cannelle ou d'œufs râpés. *Sikuk* est un couscous arrosé de lait ou de petit-lait.

Une autre préparation très prisée dans la région des oasis est le *zenbu* ou *zembu*, une farine d'orge spéciale obtenue par un processus complexe : le blé est fauché encore un peu vert au printemps, détaché, lavé ou tassé pour enlever les barbes, fumé, séché, grillé puis moulu. La

² Dans la localité d'Al-Qalaa, au Djebel Nefoussa, à l'ouest de la Libye, près de Yefren et Jadu, le mot *utšu* conserve encore le sens de « nourriture » ou « alimentation ».

farine ainsi obtenue se nomme *tazemmitt*, les grosses brisures sont appelées *lefliq* et les petites brisures *zembu/zenbu*.

Il existe également l'*irešmen*, un plat à base de blé entier cuit dans la sauce, aujourd'hui peu consommé et rappelant à certains les périodes de disette.

Le couscous peut aussi se classifier selon la couleur et la base céréalière : *utšu-y-aberšan* désigne le couscous noir fait de brisures d'orge, *utšu n yirden*, également appelé *utšu-y-azegg^way*, est un couscous rouge à base de blé dur consommé avec divers légumes et viandes, tandis que *utšu-y-amellal* est un couscous blanc à base de semoule. *Utšu n Temherzin*, préparé par les femmes des At Mehrez, est considéré comme un couscous particulièrement raffiné.

Plus qu'un simple aliment, le couscous occupe une place centrale dans la vie sociale et culturelle : l'invitation à partager un repas est souvent formulée par l'expression « *Rwah ad teqqeld ukk utšu nmex* », signifiant « Viens voir notre couscous » ou « Viens partager avec nous notre couscous », ce qui illustre son rôle de vecteur de convivialité et de transmission culturelle.

Selon Chaker (2013), le mot couscous puise ses racines dans la langue et la culture amazighes. Il dérive de la racine K-S (ou K-S-K-S), évoquant mouvement, répétition ou fractionnement, et se rattache à l'ustensile de cuisson, le *keskes* (panier percé du couscoussier), symbole d'une technique de cuisson à la vapeur typiquement nord-africaine. Cette étymologie illustre non seulement l'innovation culinaire, mais témoigne aussi de l'ancienneté et de l'autochtonie de la présence amazighe en Afrique du Nord, le terme n'étant ni arabe, ni latin, ni phénicien selon ce chercheur.

1.2. Représentations symboliques

Dans la littérature orale de Figuig, le couscous occupe une position centrale au sein de nombreux récits traditionnels. Dans le conte *Tanfust n umza* (Conte de l'ogre), le couscous *utšu* constitue l'un des repas exigés par le hérisson *insi* pour faciliter sa descente de la gorge de l'ogre Amza. De manière analogue, dans le récit *Ayerda d tyerdayt* (Monsieur et Madame Souris), une chienne pose le couscous comme condition pour remettre un de ses chiots à la souris désireuse de ressusciter son mari. Dans le conte *Yensis*, l'ogresse Tamza élabore un couscous mêlant sable et tête d'âne destiné à ses convives, Yensis et ses

six frères, afin de les endormir et de les dévorer. La préparation nocturne de ce mets, correspondant au moment habituel de sa consommation chez les Figuigiens, permet à l'ogresse de ne pas éveiller la méfiance de ses victimes. Cette stratégie narrative participe à l'instauration d'une "illusion de réalité" et témoigne de la maîtrise des conteurs dans le maintien de l'attention de leur auditoire, jouant habilement avec le suspense. Outre les contes, le couscous apparaît également dans de nombreux poèmes et proverbes, investi de significations diverses et intégré à des contextes culturels variés.

2. Le récit du mythe du couscous

Tanfust n wutšu

Netta yudu seksu manayen amezwar nnes ? Netta, u-lli šay d iwdan ay t id yufen. Maneš ? Inna-y-aš ɗari –ayu wahli– seksu tuy ittett i day ʔebbi. U d as šay tuy ssinen midden agd u xfes qæ ssinen šra. Day ameššidan ay tuy issen ayu n tuffirt n ʔebbi. Iwa an-d may xef idjen n yiɗ, ikker isama dis ʔebbi, yuŕ as t dd. Walayenni netta yuɗa-y-as ufuɗ n ibelkaɗ ukk jenna : d ayn inn d ax dd ittibanen am tneyda nix am tzikk^wayt ikk iɗ.

Zwan wussan, ikk^wed umeššidan i ʔebbi s ul ittmitir tuŕɗa, inna a kids issitf iwdan i txuzbeyt nnes ammen u dis ittšekki. Yuš asen afuɗ, islemd asen amud d usiley n wutšu, walayenni inna-y-asen : « Atan, ɣarwim, tettet seksu day ikk iɗ nix, atan, sad awem ittwakkes ! » Itnin, meɗyen seksu, ha feylen xfes yawkan ! Ufen t d miɗiɗ, yif asen qa may tuy tetten ɗari. Iwa yawkan yyen t d amehwet nsen n šra-d ass qæ.

Awd tanfust n seksu : sukk uyen n wass idwel dd wala n yiwɗan. Tuy ssenwan t day agd yiɗ. Walayenni šra-d mi yešnu seksu nsen agd tallest, ittas dd umeššidan, s tufra, al yittsi-y-amur nnes.

At wassu ul ssinen šay ayu ; an-d may xef šra zzisen llan ssenwan utšu wala ukk ass gayli.

Le mythe du couscous

Quelle est donc l'origine du couscous ? En vérité, ce ne sont pas les humains qui l'ont découvert. Comment cela ? Nos anciens racontent qu'autrefois- il y a fort longtemps- le couscous était un

mets réservé à Dieu. Les hommes en ignoraient jusqu'à l'existence.

Seul le diable connaissait ce secret divin. Une nuit, profitant d'un moment d'inattention, il parvint à le subtiliser à Dieu. Mais, dans sa fuite, des grains de couscous s'échappèrent de ses mains et tombèrent dans le ciel. Ce sont ces grains que nous apercevons encore la nuit, semblables à une poussière d'étoiles ou à une tempête céleste [NDLT : la voie lactée].

Quelques jours plus tard, craignant que Dieu ne découvrit son larcin, le diable décida d'impliquer les hommes pour détourner les soupçons. Il leur en offrit un peu et leur apprit l'art de rouler et de cuire le couscous à la vapeur. Mais il les avertit :

– Ne mangez ce plat que la nuit tombée, car si vous osez le consommer en plein jour, il vous sera à jamais retiré.

Les hommes goûtèrent ce mets et en furent émerveillés ! Jamais rien ne leur avait paru aussi délicieux. Ils l'adoptèrent aussitôt et en firent leur nourriture principale.

Depuis ce temps-là, le couscous appartient aussi aux hommes. Mais il est dit que lorsqu'il est préparé la nuit, le diable vient, dans l'ombre, prendre sa part en silence.

Les gens d'aujourd'hui ignorent cette histoire. C'est pourquoi certains osent même en manger en plein jour.

Recueilli en 2017 à Figui au ksar Iznayene / Zenaga.

3. Une étude du mythe du couscous

3.1. Schéma narratif

Le récit se déploie selon un schéma narratif classique, propre aux mythes, articulant de manière progressive les événements et leur signification symbolique. Il débute par une situation initiale où le couscous est présenté comme un mets sacré, exclusivement réservé à Dieu, soulignant ainsi le caractère divin et interdit de cette nourriture. Le conflit survient lorsque le diable dérobe le couscous et laisse tomber des grains dans le ciel, offrant ainsi une explication cosmologique poétique à la formation de la Voie lactée. Le développement du récit expose ensuite les épreuves et les règles imposées aux hommes : le diable partage le couscous avec eux, mais sous la condition de ne le consommer que durant la nuit, établissant un lien entre transgression, ordre symbolique et apprentissage. Enfin, le dénouement montre que

les hommes adoptent le couscous comme nourriture principale tout en respectant la tradition divine, tandis que la présence du diable demeure, illustrant la coexistence durable du sacré et du profane ainsi que la continuité des valeurs culturelles et mythiques à travers le temps.

3.2. Personnages et archétypes

Tanfust n wutšu met en scène des personnages et archétypes qui reflètent des dimensions symboliques profondes et des tensions entre le sacré et le profane. La figure de Dieu, Rebbi, incarne le savoir absolu et le sacré, représentant ce qui demeure interdit et réservé à l'ordre divin. À ses côtés, le diable, Ameššidan, se distingue par son ambivalence : à la fois voleur et médiateur, il adopte une posture subversive tout en transmettant aux hommes des connaissances autrement inaccessibles. Il joue ainsi un rôle d'intermédiaire entre le monde divin et l'univers humain, un archétype récurrent dans les mythes amazighes et, plus largement, dans les traditions méditerranéennes, où le surnaturel et le profane coexistent dans des rapports complexes. Les hommes, *iwdan*, apparaissent quant à eux comme les bénéficiaires de ce savoir : à la fois naïfs et émerveillés, ils incarnent la curiosité humaine et la capacité à accueillir et à intégrer un héritage culturel, symbolisant la manière dont les récits mythiques structurent l'expérience et la compréhension du monde. À travers ces personnages, le mythe illustre non seulement les relations entre le sacré, le surnaturel et l'humain, mais aussi la transmission et la réception des connaissances au sein de la société, révélant ainsi la profondeur et la portée des valeurs culturelles qu'il véhicule.

3.3. Thèmes et valeurs

Le mythe étudié dans cette étude constitue un récit riche en significations, articulant de manière subtile des valeurs culturelles et symboliques fondamentales. Il propose une explication de l'origine et de la transmission du savoir en relatant la découverte du couscous par les humains, illustrant ainsi l'importance des connaissances transmises de génération en génération et la manière dont elles structurent les pratiques quotidiennes. La distinction entre le jour et la nuit y revêt une dimension profondément symbolique : consommer le couscous pendant la journée, alors que cette pratique est traditionnellement réservée à la nuit, constitue une transgression de l'ordre établi et traduit l'opposition

entre le sacré et le profane, rappelant la nécessité de respecter les normes et interdits culturels. Par ailleurs, le mythe établit un lien poétique entre l'homme et le cosmos : les grains tombés dans le ciel se transforment en Voie lactée, offrant une interprétation cosmologique imagée qui intègre les phénomènes naturels dans la narration mythique et confère au récit une portée universelle. Enfin, le partage et la complicité entre forces humaines et surnaturelles y sont également soulignés : le diable, tout en conservant sa part, laisse une portion de couscous aux hommes, illustrant la coexistence harmonieuse et l'équilibre entre différents ordres du monde. Ainsi, ce mythe ne se limite pas à une simple explication des origines d'un aliment, mais révèle un système de valeurs complexe, où savoir, ordre symbolique, relation avec l'univers et interactions sociales se conjuguent pour structurer la vision du monde.

3.4. Symbolisme et motifs dans le mythe du couscous

Le couscous occupe une fonction symbolique majeure au sein de la culture amazighe, agissant à la fois comme nourriture divine et marqueur identitaire. L'évocation des grains dans le ciel ou la Voie lactée constitue un motif cosmique, établissant un lien entre le quotidien matériel et les dimensions universelles ou sacrées de l'existence. De même, l'opposition jour/nuite fonctionne comme métaphore de l'interdit et de la règle sacrée, inscrivant l'alimentation dans un cadre moral et rituel précis. La figure du diable partageant le couscous illustre un motif récurrent dans les récits mythiques : celle d'un être qui transgresse les interdits pour transmettre un savoir ou une technologie, soulignant la complexité des rapports entre transgression, connaissance et pouvoir symbolique (voir, *infra* 3.5.).

Au-delà de sa dimension narrative, ce mythe remplit une fonction culturelle structurante. Il offre une explication étiologique de l'origine d'un aliment fondamental tout en associant sa consommation à un rituel symbolique codifié. Par ce mécanisme, il assure la transmission intergénérationnelle de valeurs telles que le respect des règles, la conscience du sacré et la reconnaissance d'un ordre invisible qui régit la société. Parallèlement, il affirme l'identité culturelle amazighe et renforce le rôle central du couscous dans la vie sociale, transformant un acte quotidien en geste symbolique porteur de sens. Ainsi, la consommation du couscous ne se limite pas à un simple acte

alimentaire, mais devient un vecteur de mémoire culturelle et de cohésion sociale, illustrant comment les pratiques culinaires peuvent incarner et transmettre des structures symboliques complexes.

3.5. Influences

Le présent récit illustre de manière manifeste l'interpénétration de cultures extérieures tout en demeurant solidement enraciné dans le contexte local. La présence de dénominations telles que *Rebbi* et *Ameššidan* révèle l'influence prégnante des religions abrahamiques sur le corpus narratif. Dans la langue amazighe de Figuig, Dieu est désigné par des termes tels que *Ajellid Ameqqran* (le grand roi) ou *Yuš* (le créateur), tandis que le vocable *ameššidan* se décline selon plusieurs variantes, notamment *azyuy* ou *azearey* ... Ces divergences linguistiques témoignent d'un processus de syncrétisme culturel, consistant à adapter la tradition locale aux codes religieux ou politiques dominants.

Dans la culture locale, toute nourriture laissée sans protection, désignée par le terme *aseylel*, est réputée pouvoir être consommée par des esprits invisibles qui s'en nourriraient. Afin de préserver cet aliment, considéré comme un don divin, il était d'usage de placer du sel à proximité. Avant l'introduction des réfrigérateurs, on conservait également le couscous en y déposant une foliole verte pliée, censée rappeler aux démons la figure du roi Salomon et son bâton. Traditionnellement, ce souverain est reconnu comme un prophète : Sidna Suliman. Ce motif semble ainsi relever d'un emprunt mythologique issu de la tradition hébraïque. Cette dynamique se retrouve également au sein de certaines pratiques rituelles et célébrations locales, lesquelles ont pu se prémunir de la censure en intégrant subtilement des dénominations imposées par les instances dominantes.

Par ailleurs, l'épisode du vol du couscous à Dieu s'inscrit dans une logique analogue à celle de la mythologie grecque, où Prométhée soustrait le feu sacré de l'Olympe pour le transmettre aux hommes, leur permettant de se chauffer, de cuisiner et de favoriser le développement civilisationnel. Ce geste, à la fois audacieux et héroïque, suscite la colère de Zeus, qui inflige à Prométhée une punition exemplaire : enchaîné à un rocher, il voit chaque jour un aigle dévorer son foie, lequel se régénère chaque nuit.

À l'instar de l'ambrosie, substance mythologique réservée aux divinités de l'Olympe dans la tradition grecque, le couscous est ici investi d'une dimension sacrée, en tant qu'élément constitutif du régime alimentaire divin. Ainsi, le récit amazighe s'inscrit dans une tradition universelle de transgression symbolique, articulant créativité narrative et légitimation culturelle dans un cadre à la fois local et cosmopolite. La couture, *tayennut*, pour sa part, fait l'objet d'une attribution mythologique singulière : la tradition orale en impute l'initiation à une figure démoniaque. Toutefois, l'état actuel de la recherche ne permet pas encore de reconstituer ce récit étiologique dans son intégralité. La question demeure de savoir si ce savoir-faire relève d'une transgression prométhéenne- impliquant la captation d'une pratique divine suivie de sa transmission profane à l'humanité, à l'instar du mythe lié à l'origine du couscous- ou d'un autre processus. Par ailleurs, de nombreux savoirs humains s'expliquent par l'observation et l'imitation (biomimétisme) de comportements animaux, tels que ceux des oiseaux, comme cela figure dans de nombreux récits populaires.

Conclusion

Ce mythe portant sur l'origine du couscous dépasse le cadre d'un simple récit culinaire. À travers un registre narratif didactique, issu de la tradition orale, caractérisé par une narration simple, mêlant humour discret, dimension merveilleuse et moralité implicite, ce mythe propose une véritable cosmogonie domestique, qui établit un lien symbolique entre la cuisine et l'ordre cosmique, entre le sacré et la vie quotidienne, ainsi qu'entre l'être humain et l'univers. Le récit met ainsi en évidence la capacité du mythe à conférer un sens profond à l'alimentation, aux pratiques sociales et aux phénomènes célestes, tout en conservant une dimension à la fois merveilleuse et éthique. En expliquant l'origine de ce mets central, le mythe instaure également un pont entre l'expérience quotidienne et l'universel. Par le biais d'une structure classique et de personnages qui incarnent des archétypes universels, ce mythe aborde des thématiques majeures telles que la transmission du savoir, la distinction entre le sacré et le profane, la relation à la nature et au cosmos, ainsi que la coexistence des forces humaines et surnaturelles.

Enfin, ce récit remplit une fonction culturelle fondamentale : il légitime la consommation du couscous, transmet des valeurs de respect et de partage, et affirme l'identité amazighe en inscrivant cet aliment

dans un ordre cosmique et dans un ensemble de traditions sociales. De ce fait, le mythe transforme un geste ordinaire, manger, en un acte à la fois symbolique et cosmique, révélant ainsi toute la richesse et la profondeur de la tradition orale amazighe.

Références bibliographiques :

- BENAMARA, H., 2022, *Une mythologie berbère*, L'Harmattan.
- BOURDIEU, P., 1979, *La distinction : Critique sociale du jugement*, Éditions de Minuit.
- BRUEGEL, M. (Dir.), 2009, *Profusion et pénurie : Les hommes face à leurs besoins alimentaires*, Presses universitaires de Rennes.
- CHAKER, S., 2013, *Couscous : Sur l'étymologie du mot [Note linguistique]*, INALCO, Centre de Recherche Berbère.
- DOUTTÉ, E., 1903, « Figuig : Notes et impressions », *Bulletin de la Société de Géographie*, n°7 (1).
- FARB, P., ARMELAGOS, G., 1980, *Anthropologie des coutumes alimentaires*, Denoël.
- HERPIN, N., 2001, *Sociologie de la consommation*, La Découverte.
- LE QUELLEC, J.-L., SERGENT, B., 2017, *Dictionnaire critique de mythologie*, Editions du CNRS.
- LÉVI-STRAUSS, C., 1964, *Le cru et le cuit*, Plon.
- VALLAT, J.-P. (Dir.), 2014, *Le patrimoine marocain : Figuig, une oasis au cœur des cultures*, L'Harmattan.